

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Beraktivitas merupakan hal yang diperlukan dalam kesehatan yang mencakup fisik, mental dan sosial. Aktivitas sehari-hari kaki merupakan anggota badan yang harus di jaga karena kaki merupakan komponen pokok dalam melakukan aktivitas seperti berdiri, berjalan maupun berlari sehingga bila terjadi gangguan pada kaki aktivitas menjadi terganggu, nyeri pada kaki sering terjadi pada *fascia plantar*, nyeri tersebut dikarenakan oleh peradangan pada *fascia plantar* yang disebut dengan *fasciitis plantaris*. Nyeri kaki pada *fascia plantar* adalah gangguan umum yang sering terjadi dan mempengaruhi hingga 2 juta orang amerika per tahun, dengan insiden paling tinggi terjadi antara usia 40 sampai 60 tahun, dan prevalensi 3,6% hingga 7% secara umum populasi orang yang terkena *fasciitis plantaris* (Escaloni *et al.*, 2018). Pada tahun 2000 APTA dan *the Foot and Ankle Special Interest Group of the Orthopaedic Section* mensurvei 500 anggota dan menerima tanggapan dari 117 terapis. Respon mereka adalah 100% menunjukkan bahwa *fasciitis plantaris* adalah kasus yang paling umum pada kondisi di klinik tersebut (Martin *et al.*, 2014).

Karakteristik tanda dan gejala pada *fasciitis plantaris* adalah rasa sakit pada bagian *fascia plantar* ketika memulai aktivitas di pagi hari, dan meningkat ketika berdiri terlalu lama atau aktivitas dengan beban yang berat. Nyeri pada *fascia plantaris* juga terjadi saat dorsifleksi secara pasif maupun dengan berjinjit (La *et al.*, 2016). Gangguan tersebut terjadi akibat peradangan pada *fascia plantaris* yaitu dapat memicu nyeri bertahap maupun nyeri hebat secara tiba-tiba. Adanya nyeri tersebut mempengaruhi *impairment* akibat penderita tidak sering menggerakkan kaki sehingga terbatasnya lingkup gerak sendi, dampak selanjutnya adalah menurunnya kemampuan aktivitas fungsional.

Intervensi yang digunakan adalah TENS (*Trancutaneus Electrical Nerve Stimulation*) yaitu intervensi nonfarmakologi digunakan untuk mengurangi rasa nyeri baik kondisi akut maupun kronis dengan menggunakan elektroda di permukaan kulit. Dosis dalam pengurangan nyeri menggunakan bentuk gelombang asimetris persegi dengan durasi pulsa 100 μ s dan frekuensi pulsa 100 Hz dan dalam waktu 30 menit (Vance *et al.*, 2015). Mobilisasi pada sendi *ankle* dapat berpengaruh dalam meningkatkan dorsifleksi dan plantar fleksi dalam menambah lingkup gerak sendi tersebut (Shashua *et al.*, 2015). *Hold relax stretching* pada *fascia plantaris* dan *m. gastrocnemius-soleus* membantu mengurangi rasa sakit dan menambah lingkup gerak sendi *ankle* pada kasus *fasciitis plantaris*. Bukti ini menunjukkan bahwa *stretching fascia plantaris* secara spesifik dapat mengurangi rasa sakit dan menambah lingkup gerak sendi *ankle* yang signifikan dalam kasus tersebut (Owens, 2017).

Sesuai kasus di atas Allah SWT lebih mencintai orang yang kuat dari pada orang lemah dan setiap manusia harus menjaga kesehatannya. Abu Hurairah Radiyallahu anhu ia berkata: Rasulullah SAW bersabda: “Orang mukmin yang kuat itu lebih baik dan lebih dicintai oleh Allah SWT dari pada orang mukmin yang lemah, namun pada masing-masing (dari keduanya) ada kebaikan (HR. Muslim). Maka dari itu setiap manusia harus kuat dan menjaga kesehatan baik secara jasmani maupun rohani agar setiap kegiatan yang dilakukan dapat maksimal. Berdasarkan penjelasan di atas penulis tertarik untuk melakukan Penatalaksanaan TENS (*Transcutaneus Electrical Nerve Stimulation*), mobilisasi sendi dan *hold relax stretching* untuk mengurangi nyeri dan menambah LGS (Lingkup Gerak Sendi) *Ankle* pada kasus *fasciitis plantaris*.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah sebagai berikut :

1. Apakah penggunaan TENS (*Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*), mobilisasi sendi dan *hold relax stretching* dapat mengurangi nyeri pada kasus *fasciitis plantaris* ?
2. Apakah penggunaan TENS (*Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*), mobilisasi sendi dan *hold relax stretching* dapat meningkatkan LGS (Lingkup Gerak Sendi) *ankle* pada kasus *fasciitis plantaris* ?
3. Apakah penggunaan TENS (*Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*), mobilisasi sendi dan *hold relax stretching* dapat meningkatkan kemampuan aktivitas fungsional pada kasus *fasciitis plantaris* ?

C. Tujuan

Adapun tujuan penulisan laporan ini sebagai berikut :

1. Tujuan umum
 - a. Untuk meningkatkan pengetahuan dan mempelajari peran fisioterapi pada kasus *fasciitis plantaris* dan penatalaksanaan fisioterapi pada kasus tersebut.
2. Tujuan khusus
 - a. Untuk mengetahui manfaat dari TENS (*Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*), mobilisasi sendi dan *hold relax stretching* dalam mengurangi nyeri pada kasus *fasciitis plantaris*.
 - b. Untuk mengetahui manfaat dari TENS (*Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*), mobilisasi sendi dan *hold relax stretching* dalam meningkatkan LGS (Lingkup Gerak Sendi) *ankle* pada kasus *fasciitis plantaris*.
 - c. Untuk mengetahui manfaat dari TENS (*Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*), mobilisasi sendi dan *hold relax stretching* dalam

meningkatkan kemampuan aktivitas fungsional pada kasus *fasciitis plantaris*.

D. Manfaat

Manfaat dari penelitian ini terbagi menjadi dua yaitu manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis.

1. Manfaat secara teoritis
 - a. Penelitian ini dapat dimanfaatkan untuk pengembangan ilmu fisioterapi pada kasus *fasciitis plantaris*.
 - b. Membantu penulis untuk memperdalam tentang teori yang sudah di dapatkan di perkuliahan dan menerapkannya di lahan.
2. Manfaat secara praktis yaitu dapat meningkatkan wawasan tentang penggunaan TENS (*Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*), mobilisasi sendi dan *hold relax stretching*, pada kasus *fasciitis plantaris*.